

> TESTIMONIO

“Hoy valoro tener una segunda oportunidad”

A los 45 años, Carlos Tapia fue diagnosticado con un cáncer de colon avanzado, al que se sobrepuso luego de un largo tratamiento. En el proceso, cuenta, tomó conciencia de la importancia de cuidarse, especialmente en la alimentación.

Carlos Tapia tiene 50 años. Casado y con dos hijos -de 20 y 15 años-, está dedicado a un emprendimiento de alimentación saludable: Mercadito Sary (@mercadito.sary en Instagram), almacén ubicado en una esquina de la plaza de Las Cabras, en la región de O'Higgins, donde vende una variedad de productos con los que quiere aportar al buen vivir de su comunidad.

“Para ser franco, aún no les ganamos al completo y las papas fritas. Entendemos que puede ser más atractivo comer un completo con una bebida que unas ramitas de garbanzos con un jugo orgánico, pero estamos batallando para incorporar nuevos hábitos”, dice.

No siempre pensó igual. Hasta 2016, no cuidaba lo que comía; de hecho, dice, pesaba 50 kilos más. En el centro de su cambio estuvo el diagnóstico de cáncer de colon avanzado -con metástasis en peritoneo, pulmones e hígado- que recibió ese año.

“Mi piel había tomado un color distinto y además estaba muy cansado, lo que atribuía a un estrés por el trabajo. Mi señora insistió tanto, que decidimos ir a ver a una hematóloga en FALP. Fuimos ahí porque hace años contratamos el Convenio Oncológico Fondo Solidario. En ese momento dijimos ‘tomémoslo, porque si no lo ocupo yo, le servirá a otra persona’”, recuerda.

Carlos descubrió que, sin darse cuenta, estaba perdiendo sangre en las deposiciones, uno de los principales síntomas del cáncer de colon. Y esta fue justamente la noticia que le dieron, sumada a un sombrío pronóstico. “Tenía 45 años, el mayor de mis hijos aún no salía del colegio, fue fuerte”, dice. Empezó entonces una larga serie de tratamientos, que se extendió por tres años.

El Dr. Roberto Charles, médico tratante de Carlos, comenta que “él comenzó con distintos esquemas de quimioterapia. Como fue respondiendo al tratamiento y las lesiones tumorales disminuyeron o desaparecieron, lo pudimos operar. Y algunas de las lesiones que no eran operables fueron irradiadas. Su caso es bastante único, porque tenía un tumor que respondía al tratamiento y él es alguien muy positivo, que tira para arriba. Además, contaba con el Convenio Oncológico, por lo que el costo de sus terapias estaba cubierto”.

“Fue duro, lo pasé mal, pero cuando las drogas me provocaban un efecto adverso me ponía contento porque pensaba que estaban funcionando. Fui testarudo, y ahora estoy acá. Mi aguante se sostuvo en que funcionó todo: las quimios, las cirugías, los especialistas, Dios, mi amor por mi esposa y mis hijos. Estoy súper agradecido de FALP; Los tratamientos que recibí no los podría haber costado en ninguna parte”, complementa Carlos.

El cáncer lo llevó a reinventarse. La jubilación anticipada a la que se vio obligado -trabajaba en una fundación para la superación de la pobreza- y la conciencia adquirida sobre la importancia de comer bien lo llevaron a tener su negocio de comida saludable. Pero además, ha explorado el mundo del coaching y hoy, de hecho, está haciendo un curso para ser coach y ayudar a personas que pasen por situaciones similares a la suya.

“No existe un manual, algunos consejos que me sirven a mí puede que les funcionen a otros y puede que no. Yo creo que el cáncer marca un



antes y un después en tu vida y en la de tu familia. En el antes, está el cuestionamiento de por qué me dio cáncer, que no me cuidaba. Y en el después, pienso para qué me dio, y mis respuestas son vivir y ser feliz en el presente, lo que se relaciona con reír, alimentarme bien, no preocuparme por tonteras. Es valorar que tengo una segunda oportunidad”.



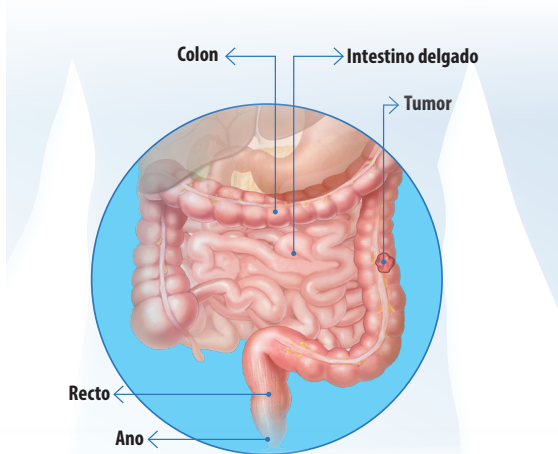
Un cáncer cada vez más sub-50

“Carlos Tapia es parte de un grupo cada vez más amplio de pacientes que desarrollan cáncer de colon antes de los 50 años. Por esto es importante que todas las personas se hagan chequeo por colonoscopia desde los 45 años, o antes si es que existen antecedentes familiares de cáncer de colon o enfermedad inflamatoria intestinal. En resumen, hay que controlar los factores de riesgo: obesidad, dietas ricas en grasas, consumo de carnes rojas y procesadas, así como de alcohol; no fumar, comer verduras y frutas. También hacerse exámenes preventivos y tener un seguro oncológico para una tranquilidad financiera en el manejo de un eventual cáncer”.

Dr. Roberto Charles
Cirujano oncológico digestivo

Cáncer de colon

Se produce por un crecimiento descontrolado de células que comienza en la capa más interna de la pared del colon (intestino grueso), llamada mucosa. Éste puede formar un tumor, denominado pólipo, que con el paso de los años puede crecer localmente y ramificarse a otros órganos.



Detección precoz

El cáncer colorrectal puede detectarse antes de que produzca síntomas. Un diagnóstico oportuno es clave para un mejor pronóstico.

Test de hemorragias ocultas:

- Detecta la presencia de sangre en las heces.
- Debe realizarse a partir de los 45 años, cada 1-2 años.

Colonoscopia:

- Detecta la presencia de pólipos en el intestino, incluso antes de volverse cancerosos.
- Debe realizarse a partir de los 45 años.

* Si tienes familiares directos con cáncer colorrectal: debes controlarte a los 40 años.

* Si tu familiar directo tuvo cáncer siendo joven: debes controlarte 10 años antes de la edad en que se le diagnosticó la enfermedad.

¿Cómo prevenir?



Limitar el consumo de carnes rojas, evitar las carnes procesadas y las dietas ricas en grasas.



Realizar actividad física en forma permanente.



Evitar el alcohol y el tabaco.



Realizarse una colonoscopia desde los 40 años si un familiar directo ha tenido cáncer de colon o pólipos.

Alimentos recomendados



Consume más frutas, verduras, cereales y legumbres para disminuir el riesgo de padecer la enfermedad.

¿Cómo se manifiesta?

- 1 Sangrado anal o deposiciones con sangre.
- 2 Cambio de hábito intestinal.
- 3 Dolor abdominal.
- 4 Deseos de ir al baño que no ceden tras evacuar.

Tratamiento

Depende de la etapa en que se diagnostique. El tratamiento en la mayoría de los pacientes es la cirugía para extraer parcial o totalmente el colon, más quimioterapia. En los casos en que se haya detectado por endoscopia un cáncer pequeño de hasta 2 cms., se puede realizar una cirugía endoscópica (mucosectomía) para quitar el trozo de mucosa con cáncer.



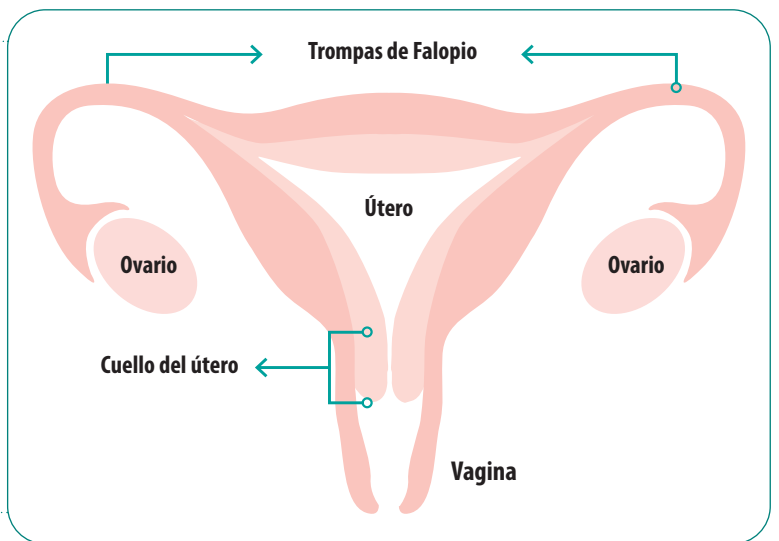
Lo que debes saber sobre el cáncer cervicouterino

El 26 de marzo se conmemoró el Día Mundial del Cáncer Cervicouterino, una enfermedad que en Chile afecta a alrededor de 1.500 nuevas mujeres cada año.

Se trata de una patología para la que existen importantes herramientas de prevención. Por esto, consulta con tu ginecólogo, realiza tus chequeos y ayúdanos a erradicar el cáncer cervicouterino.

El cáncer cervicouterino es una alteración celular que se manifiesta inicialmente a través de lesiones de lento desarrollo en el cuello del útero.

Es provocado por el Virus Papiloma Humano (VPH), el cual se transmite por contacto durante las relaciones sexuales.



Prevención

Vacuna contra el VPH: protege a las mujeres contra este virus.



Su uso está aprobado para mujeres de 9 a 26 años. Adicionalmente, la vacuna protege contra enfermedades causadas por el VPH, tales como las verrugas genitales.

El Ministerio de Salud (Minsal) garantiza la vacunación contra el VPH a todas las niñas y los niños, aplicándose una dosis en 4º y otra en 5º básico.

Detección temprana

Papanicolau (PAP): revela cambios en las células causados por la infección de VPH. Estos cambios pueden derivar en el desarrollo de cáncer cervicouterino.



Si ya comenzaste tu actividad sexual, realízalo cada 3 años, a partir de los 25 y hasta los 64 años.

Tienes derecho a hacerte un PAP gratis cada 3 años, a través de tu sistema de salud (Fonasa o Isapre).

Test de VPH: detecta la presencia del virus en el organismo. La toma de muestra es muy similar a la de un PAP y debe efectuarla el médico o la matrona. Su finalidad es detectar la presencia de virus de alto riesgo oncológico para determinar la realización de estudios complementarios, como colposcopia y biopsia, según necesidad.



Está dirigido a mujeres de 30 a 64 años, de acuerdo a las guías clínicas del Minsal.

No está incluido aún en la canasta GES de tamizaje. Se realiza en ciertos laboratorios y clínicas, como el Instituto Oncológico FALP.

¿El cáncer cervicouterino presenta síntomas?

El cáncer de cuello uterino es habitualmente asintomático. En etapas iniciales puede presentar sangrado post coital, mientras que ya avanzado produce sangrado sistemático y flujo vaginal inusual, comúnmente rosado o sanguinolento, y/o de mal olor.

2

mujeres mueren al día en Chile por causa del cáncer cervicouterino.

Fuente: Globocan 2020

Puerto Montt: un nuevo paso en la regionalización de FALP



Avanzando en su proceso de regionalización, FALP firmó un convenio mediante el cual se le entrega en comodato un terreno Serviu para construir su primer centro oncológico en la ciudad de Puerto Montt, el que debería comenzar su funcionamiento en 2026.

En esa ceremonia, el Presidente de Fundación Arturo López Pérez (FALP), Alfredo Comandari, afirmó: “FALP aportará a esta región no solo tratamientos de alto nivel, sino también su impronta, que es el trato humano, cercano. Además de tecnología de última generación, realizará investigación y docencia para especializar al personal que trabajará en la institución, como también a los profesionales y técnicos del sistema público de Puerto Montt y sus alrededores, a fin de incrementar conocimientos en materia oncológica”.

El acuerdo permitirá a FALP facilitar el acceso a tratamiento a los habitantes de la macrozona sur, especialmente a las personas que no pueden trasladarse a Santiago. La edificación contempla servicios como un centro médico ambulatorio, un área de hospitalización básica y crítica, pabellones quirúrgicos, salas de quimioterapia y radioterapia, salas de procedimientos endoscópico, un área de toma de muestras, laboratorios y áreas de apoyo clínico y administrativo.



Esta pareja transformó sus regalos de matrimonio en mamografías gratuitas



Han pasado 36 años desde que Roberto Araos perdiera a su mamá producto de un cáncer de mama. Hoy, como un homenaje y una manera de traerla al presente en un momento tan importante de su vida como su matrimonio, con su ahora esposa Fernanda Becerra decidieron que, en vez de recibir regalos, querían que sus invitados donaran mamografías gratuitas para la comunidad. De esta manera, estarían contribuyendo al diagnóstico temprano del cáncer de mama y a la posibilidad de optar a tratamientos curativos para esta enfermedad.

“Constantemente hemos tratado de devolverle a la vida lo que nos ha entregado y ser solidarios. De esta forma, siempre estuvo presente la idea de que nuestros regalos se convirtieran en ayuda para otras personas que lo necesitaran. Cuando decidimos casarnos, con Fernanda nos preguntamos por qué no apoyar a FALP, una institución que precisamente ayudó a mi mamá durante su proceso más complejo; cómo no devolverle la mano y además ayudar a otras familias”, explica Roberto.

Ya tomada la decisión, este joven matrimonio puso manos a la obra e invitó a sus amigos, familiares y entorno más cercano a transformar sus regalos en mamografías gratuitas, las que se realizarán a mujeres vulnerables por medio del Programa de Detección Precoz del Cáncer de Mama, del área de Donaciones y Beneficencia de FALP. Para ello, habilitaron una cuenta donde recibieron las donaciones. La reacción por parte de los invitados fue muy buena y cada uno de ellos manifestó su agradecimiento y motivación por ser parte de esta iniciativa. Una acción que se cerrará cuando ambos compartan la cifra final de mujeres que se beneficiarán con su mamografía, gracias a la solidaridad de todos y del especial recuerdo de la madre de Roberto.

GRACIAS A SU APOORTE, **CADA AÑO MÁS DE 30.000 CHILENAS** PUEDEN REALIZARSE UNA MAMOGRAFÍA GRATUITA

➤ Hágase socio donaciones@falp.org

